

# El mapa del meu cor

L'activitat té com a objectiu afavorir l'autoexploraci3n emocional de l'alumnat, identificant aquells aspectes que els aporten benestar i felicitat.

També es pretén fomentar l'expressi3n i la comunicaci3n d'emoci3ns positives. A més, es busca promoure l'empatia i la connexi3n amb altres persones. En conjunt, es treballa el valor de compartir i cuidar les relacions.

Es tracta d'una activitat d'Aprenentatge Servei en què l'alumnat reflexiona prèviament a l'aula sobre all3 que "ompli el seu cor" (persones, llocs, moments, etc.) i ho representa en un mandala amb forma de cor.

Posteriorment, durant la visita al centre de dia, comparteixen aquestes experiències amb les persones usuàries i els ajuden a crear i coloretjar el seu propi mandala. L'activitat fomenta l'intercanvi emocional i la relaci3n intergeneracional.

